

[SESSO: ALLA SCOPERTA DEL PIACERE]

COLLANA A CURA DI FABRIZIO QUATTRINI

Fabrizio Quattrini



IL PIACERE MASCHILE

#SESSOSENZATABÙ

 **GIUNTI**

È vietata la riproduzione dell'opera o di parti di essa con qualsiasi mezzo, se non espressamente autorizzata dall'editore.

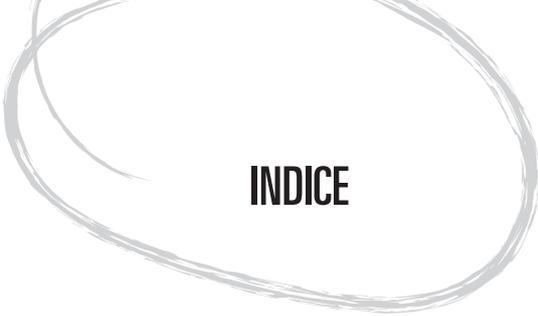
www.giuntios.it

© 2017 Giunti O.S. Psychometrics s.r.l.
Via Fra' Paolo Sarpi 7/A, 50136 Firenze - Italia

Prima edizione: marzo 2017



Stampato presso Nuovo Istituto Italiano d'Arti Grafiche – Bergamo



INDICE

Premessa	11
CAPITOLO 1	
MASCHILITÀ E VIRILITÀ	15
Lo stereotipo del “maschio”	15
L’inganno del potere e il concetto di virilità	18
La forza, la prevaricazione, la violenza	20
Ripensare il maschile	22
CAPITOLO 2	
IL MASCHILE E LE EMOZIONI	26
La fragilità non è da maschi?	26
Le emozioni e le differenze di genere	30
Anche gli uomini piangono (in silenzio)	32
Il piacere di sentire	34
Uomini confusi	37
CAPITOLO 3	
IL CORPO, L’IMMAGINE DI SÉ E IL BENESSERE PSICO-FISICO	39
Il corpo è il nostro biglietto da visita	39
Conoscere il proprio corpo	40

Sperimentare il piacere come risorsa	45
Esercizi di self helping	49
Il corpo, il cibo, il fitness e la sessualità del nuovo maschio	55

CAPITOLO 4

LE DIMENSIONI CONTANO?

Il pene come simbolo	57
L'anatomia dei genitali maschili	60
La "sindrome da spogliatoio"	67
La dimensione "normale" del pene	70

CAPITOLO 5

IL DESIDERIO E L'ECCITAZIONE SESSUALE

La libido maschile	75
Il desiderio	77
L'eccitazione	80

CAPITOLO 6

L'ORGASMO, LA RISOLUZIONE E LE FANTASIE SESSUALI

L'orgasmo o gli orgasmi?	92
La risoluzione e il periodo refrattario	103
Fantasia, autoerotismo e pornografia	106

CAPITOLO 7

AMICIZIA TRA MASCHI E IDENTITÀ DI GENERE

Che cos'è l'amicizia?	111
Amicizia e maschilità	113

CAPITOLO 8	
L'AMICIZIA E L'AMORE TRA MASCHI E FEMMINE	126
Essere amici di una donna	126
I “trombamici”	130
I miti della sessualità maschile	135
L'uomo nella coppia tradizionale	139

CAPITOLO 9	
LA GELOSIA, L'IGNORANZA, L'IMBARAZZO	144
La gelosia	144
L'ignoranza e l'imbarazzo	157

CAPITOLO 10	
LA TRASGRESSIONE, LE “VARIANTI” DI COPPIA E IL POLIAMORE	163
Lo scambismo	163
Le sei regole dello scambismo	171
I vantaggi e i limiti della coppia “aperta”	177
Il poliamore	181

CAPITOLO 11	
IL PIACERE VIRTUALE: LE POTENZIALITÀ DI INTERNET	185
Il “bordello” virtuale	185
Coppie e nuove tecnologie	187
Le nuove frontiere della comunicazione	193

CAPITOLO 12	
L'UOMO E LA DIMENSIONE BISESSUALE	198
L'orientamento sessuale	198
Bisessuali si nasce	203
CAPITOLO 13	
IL SESSO, IL PIACERE E L'ETÀ	213
La sessualità matura	213
La capacità riproduttiva	216
Invecchiamento e “andropausa”	218
Conclusioni: l'uomo nuovo	223
Bibliografia	233

Ai "nuovi" uomini



PREMESSA

Perché le persone s'imbarazzano quando la conversazione verte sui temi erotico-sessuali? Perché durante una piacevole serata, essere a conoscenza della presenza di un sessuologo tra i commensali porta il discorso sul tema "dell'amico dell'amico" che ha un problema sessuale, imbarazzante e da risolvere? Perché parlare di sessualità porta gli individui a esprimere con estrema facilità giudizi commentando certi intimi argomenti in modo volgare e scurrile?

Il tema della sessualità in generale, e quello del piacere e dell'erotismo maschile in particolare, sono spesso affrontati e documentati attraverso una duplice modalità di tipo ironico/patologico, dove sono chiari certi stereotipi e false convinzioni rinforzate dalla cultura di appartenenza.

Quando l'individuo parla di sessualità, tende a ironizzare o comunque a sdrammatizzare il discorso, che una volta intavolato attenua paure e dubbi di tipo disfunzionale, e allontana l'idea di certe esperienze considerate imbarazzanti. Per "disfunzione" non intendo quei disagi presunti e vissuti dall'uomo associati a certe malattie di tipo organico: mi riferisco agli "infortuni" che l'individuo può subire e vivere nel campo della sua vita erotico-sessuale e che sono vincolati alle incomprensioni emotive, psicologiche e relazionali.

L'ironia, quindi, apparentemente permette agli esseri umani di difendersi, allontanando qualsiasi forma possibile di giudizio e pregiudizio. La patologia, o più semplicemente il concetto di malattia sessuale, tende invece ad amplificare un possibile

malfunzionamento anche quando non è reale e presente, allontanando il corpo dalla mente. Ecco che la sessualità e il piacere sono vincolati a doppio nodo al concetto “meccanico” di risposta sessuale. Il corpo risponde a certi stimoli e la reazione fisica concede “magicamente” agli individui di raggiungere l’esperienza intensa del piacere.

Il corpo risponde certamente agli stimoli e la meccanica della risposta sessuale si attiva attraverso un’inevitabile e complessa reazione a catena, ma la nostra mente, il nostro sentire e vivere l’esperienza immaginata e desiderata, sono molto più efficaci e discriminanti di quanto si creda. Se il corpo risponde, lo fa soprattutto perché i processi delicati dell’immaginazione, del desiderio e dell’emotività sono concordi con gli stimoli diretti alle zone intime/sessuali ed erogene. Escludere il vissuto erotico-emotivo, il desiderio e le fantasie è come decidere di non alimentare più quella fiammella che arde: il piacere.

Nelle nuove generazioni di uomini, ma anche di donne, l’ironia è quindi la regola utilizzata per parlare e affrontare i temi della sessualità. Sembra che la sessualità debba socialmente “far sorridere”: non può garbatamente essere rappresentata nella sua massima espressione del piacere.

Il sesso ancora oggi sembra far paura, o comunque alimentare nella maggior parte delle persone imbarazzi e pregiudizi: resta un tabù, rimane purtroppo un’incognita, un comportamento dell’esperienza di vita che solamente con enorme difficoltà può essere svincolato dal concetto più comune e comodo di procreazione. Il sesso è sempre e ancora troppe volte associato a un’educazione “fai da te”. Difficilmente gli esseri umani entrano in contatto con un’educazione affettivo-sessuale chiara e funzionale e con estrema fatica si allontanano dalle convinzioni ancorate all’imbarazzo e all’ignoranza.

La sessualità e il piacere sessuale non possono restare chiusi dentro a una bolla di sapone, sono elementi portanti della struttura funzionale di base dell’essere umano e quindi hanno bisogno di essere sostenuti e indirizzati al meglio.

Ecco allora che anche per l'uomo "che non deve chiedere mai" è giunto il momento di mostrarsi, allontanando false credenze e imparando a comprendere una nuova modalità comunicativa ed espressiva dell'essere "maschio". Educare il maschile, ovvero educare a una nuova maschilità, può allontanare l'ignoranza, permettendo all'essere umano di apprendere dall'esperienza e migliorare le proprie conoscenze necessarie ad abbattere gli stereotipi e la fragilità che negli ultimi anni lo hanno accompagnato in percorsi bui, disfunzionali e disagianti, deprimendo sempre di più la sfera intimo-erotico-sessuale.

Cercare di non rimanere trincerati dietro costruzioni mentali falsate o comunque inesatte, concedersi di non affogare nel mare melmoso dell'ignoranza dove per sopravvivere si respirano solo arroganza e presunzione, sono due possibili ipotesi che fanno intravedere uno spiraglio all'uomo nuovo.

Un uomo che impara a salvare se stesso, ma non come ha sempre storicamente dimostrato, facendosi riconoscere e applaudire dall'altro diverso da sé, dalla collettività giudicante. L'uomo può imparare a valorizzare e riscoprire l'eros, concedendosi di promuovere una sessualità in cui il piacere è una chiara espressione di benessere.